

УТВЕРЖДЕНО

Директор



**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 13 января**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Вареники с картофелем (п/ф)	155	297,1
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	30	44,60
Фрукт (яблоко)	120	105,6
<b>Завтрак 12-18 лет</b>		
Вареники с картофелем (п/ф)	205	379,7
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Фрукт (яблоко)	150	121,8
<b>Обед 12-18 лет</b>		
Салат из белокочанной капусты	100	88,60
Рассольник Ленинградский со смет	250/5	112,3
Биточки рубленые из птицы в соусе	120	212,9
Макароны отварные	180	284,6
Кисель плодово-ягодный из концентрата	180	54
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50
<b>Завтрак — полдник (ОВЗ)</b>		
Вареники с картофелем (п/ф)	155	287,1
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	30	44,60
Фрукт (яблоко)	120	105,6
Булочка дорожная	50	193,5
Чай с сахаром	200	26,80

Ответственный по питанию Ревякина Л.А.

Зав. производством: Мартынова Г.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 14 января**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Курица тушеная с морковью	90	113,8
Каша гречневая вязкая	180	254,6
Кофейный напиток с молоком	200	105
Хлеб домашний подовый	30	44,60
<b>Завтрак 12-18 лет</b>		
Курица тушеная с морковью	120	151,7
Каша гречневая вязкая	200	282,9
Кофейный напиток с молоком	200	105
Хлеб домашний подовый	50	56,20
<b>Обед 12-18 лет</b>		
Винегрет	100	126,7
Суп картофельный с клецками	250	122,9
Горбуша тушеная в томате с овощами	120	207,2
Картофельное пюре	180	224,3
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50
<b>Завтрак — полдник (ОВЗ)</b>		
Курица тушеная с морковью	90	113,8
Каша гречневая вязкая	180	254,6
Кофейный напиток с молоком	200	105
Хлеб домашний подовый	30	44,60
Сдоба фигурная	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,80

Ответственный по питанию Ревякина Л.А.

Зав. производством: Мартынова Г.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 15 января**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Бутерброд с сыром	20/40	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,2
Чай с лимоном и сахаром	200	50,90
Печенье	36	70,80
<b>Завтрак 12-18 лет</b>		
Бутерброд с сыром	20/40	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	255	344,8
Чай с лимоном и сахаром	200	50,90
Печенье	36	70,80
<b>Обед 12-18 лет</b>		
Салат «Студенческий»	100	100,4
Свекольник со сметаной	250/5	136,8
Тефтели из говядины в соусе	160	310,5
Рис припущенный	180	214
Напиток апельсиновый	180	61,20
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50
<b>Завтрак — полдник (ОВЗ)</b>		
Бутерброд с сыром	20/40	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,2
Чай с лимоном и сахаром	200	50,90
Печенье	36	70,80
Булка ванильная	50	172,8
Напиток апельсиновый	180	61,20

Ответственный по питанию Ревякина Л.А.

Зав. производством: Мартынова Г.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 16 января**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Салат из моркови с сахаром	60	89,20
Омлет с отварным картофелем	200	298,5
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	40	50,46
<b>Завтрак 12-18 лет</b>		
Салат из моркови с сахаром	100	165,3
Омлет с отварным картофелем	200	298,5
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	50	56,20
<b>Обед 12-18 лет</b>		
Салат из свеклы с чесноком	100	121,6
Суп картофельный с вермишелью	250	119,5
Котлета московская в соусе	120	216,1
Гороховое пюре	180	234
Компот из смеси сухофруктов	200	104
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50
<b>Завтрак — полдник (ОВЗ)</b>		
Салат из моркови с сахаром	60	89,20
Омлет с отварным картофелем	200	298,5
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	40	50,46
Плюшка оренбургская	50	200
Компот из смеси сухофруктов	180	93,60

Ответственный по питанию Ревякина Л.А.

Зав. производством: Мартынова Г.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 17 января**

<b>Завтрак 7-11 лет</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Голубцы ленивые в соусе	90	216,3
Макароны отварные	180	253,8
Чай с молоком и сахаром	200	50,90
Хлеб домашний подовый	30	44,60
<b>Завтрак 12-18 лет</b>		
Голубцы ленивые в соусе	150	246
Макароны отварные	200	282
Чай с молоком и сахаром	200	50,90
Хлеб домашний подовый	50	56,20
<b>Обед 12-18 лет</b>		
Салат из красной фасоли	100	101,3
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	83,50
Куры тушеные с овощами	160	212
Каша гречневая вязкая	180	264,6
Компот из свежих яблок	200	62
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50
<b>Завтрак — полдник (ОВЗ)</b>		
Голубцы ленивые в соусе	90	216,3
Макароны отварные	180	253,8
Чай с молоком и сахаром	200	50,90
Хлеб домашний подовый	30	44,60
Крендель с сахаром	50	195
Компот из свежих яблок	180	62

Ответственный по питанию Ревякина Л.А.

Зав. производством: Мартынова Г.В.